

月	火	水	木	金	土	給食日より		
								
3	牛乳、クッキー、オレンジ ご飯 煮魚 キャベツの梅おかか和え ミニトマト ぶどう とん汁風味噌汁  牛乳、メープルビスケット	4 豆乳、ビスケット、チェリー 五目うどん コロケ もやしの酢の物 バナナ 小魚  牛乳、マヨコーンパン	5 牛乳、ウエハース、バナナ 炊き込みご飯 ウインナー いんげんの胡麻和え オレンジ 味噌汁(茄子、ミョウガ)  牛乳、宝石グミ、せんべい	6 豆乳、せんべい、チェリー 黒糖パン ミートグラタン レタスのフレンチサラダ メロン 大根とベーコンのスープ  牛乳、とろろ昆布おにぎり スルメ	7 牛乳、ポーロ、ぶどう ご飯 豚肉の生姜焼き かぼちゃサラダ グレープフルーツ 味噌汁(小松菜、生揚げ)  牛乳、コーンフレークのフルーツかけ	1 牛乳、ビスケット、バナナ 食パン(ジャム) フランクフルトのケチャップ煮 ブロッコリーの卵サラダ ぶどう 小魚  牛乳、五平餅		
10	牛乳、ウエハース、チェリー ふりかけご飯 千草卵焼き 小松菜とひじきの和え物 オレンジ 切り干し大根の味噌汁  牛乳、ピーマン汁麵	11 豆乳、せんべい、ぶどう きのこの和風スパゲティ 豆腐サラダ バナナ パプリカスープ  牛乳、レモンシュガートースト	12 牛乳、ポーロ、バナナ ご飯 魚の南部焼き きんぴらごぼう ミニトマト ぶどう 味噌汁(ほうれん草、卵)  牛乳、チーズ羊もち	13 豆乳、クッキー、オレンジ コッペパン 鶏のから揚げ 水菜サラダ メロン オイスタースープ  牛乳、青菜じゃこご飯、スルメ	14 牛乳、クラッカー、バナナ カレーライス スナックエンドウとツナのサラダ グレープフルーツ 小魚  牛乳、野菜ホットケーキ	8 牛乳、クラッカー、バナナ タコライス ほうれん草サラダ パイナップル ズッキーニのミルクスープ  麦茶、プレーンスコーン	<p><b>食中毒予防 6つのポイント</b></p> <p>食中毒が心配な季節です。子どもは幼いほど症状が重くなります。家庭の台所でも食中毒の予防に充分注意して下さい。</p> <p>①買物…肉、魚、野菜の鮮度に注意して購入し、肉や魚の汁がもれないようにする。</p> <p>②保存…冷蔵庫につめすぎないように。冷蔵庫の温度は10℃以下に保つ。</p> <p>③料理の下準備…魚、肉、卵を扱う時は前後に必ず石けんで手洗いをし、切った後のまな板、包丁は熱湯消毒してから使う。</p> <p>④調理…生で食べるものは流水でよく洗い、料理の加熱は充分にする。</p> <p>⑤食事の時…食卓につく前に石けんで手洗いする。</p> <p>⑥後片づけ…食器類はよく洗い、ふきんは熱湯で5分以上煮る。あまった食品は冷蔵し、食べる時は充分加熱する。</p> 	
17	牛乳、クラッカー、バナナ ご飯 魚の梅焼き おからのピーナッツ和え 人参の土佐煮 オレンジ 鶏肉とおからの味噌汁  牛乳、焼きうどん	18 豆乳、ポーロ、チェリー イタリアン焼きそば ズッキーニサラダ バナナ ポテトスープ  牛乳、ふりかけ海苔巻き スルメ	19 牛乳、クッキー、オレンジ ご飯 豆腐の落とし揚げ きゅうり漬け ミニトマト ぶどう 味噌汁(さつま揚げ、野菜)  麦茶、ヨーグルト、クラッカー	20 豆乳、ビスケット、ぶどう かえるバーガー マカロニソテー レタスの彩りサラダ さくらんぼ ミネストローネ  牛乳、お楽しみケーキ	21 牛乳、ウエハース、バナナ チャーハン 春雨サラダ メロン 中華風味噌汁  牛乳、きな粉蒸しパン	15 牛乳、ビスケット、ぶどう 麻婆茄子丼 青梗菜のハムサラダ オレンジ わかめスープ  牛乳、ゼリー、ウエハース		
24	牛乳、ウエハース、オレンジ チキンピラフ アスパラチーズサラダ ぶどう 豆乳スープ  牛乳、ちんすこう	25 豆乳、せんべい、チェリー 冷し中華 メンチカツ パイナップル あさりと豆苗のスープ  牛乳、味噌ラスク	26 牛乳、クラッカー、バナナ ご飯 野菜と牛肉のうま煮 きゅうりの酢の物 グレープフルーツ 味噌汁(お麩、玉葱)  牛乳、ナポリタンソテー	27 豆乳、ポーロ、ぶどう 食パン(ジャム) ホワイトシチュー マリネサラダ メロン 小魚  麦茶、おかかチャーハン	28 牛乳、ビスケット、バナナ ご飯 鱈の蒲焼 ブロッコリーのゆかり和え ミニトマト オレンジ 五味味噌汁  牛乳、ゆでとうもろこし スルメ	22 牛乳、せんべい、チェリー バターロール ビーフシチュー カニサラダ グレープフルーツ 小魚  牛乳、いなりご飯		29 牛乳、クッキー、オレンジ 豚肉と舞茸の混ぜご飯 もやしとにらの和え物 ぶどう 味噌汁(大根、油揚げ)  牛乳、あんこサンド

※ 都合により献立が変更になる場合があります。